La Trousse à Pharmacie : Mode d'Emploi

Par le Dr Denis GUTTIEREZ, Comité médical fédéral (publié dans Rugby Mag n°1104)

Amendé par le Dr JC JOSEPH

Mémo à retenir pour constituer la trousse à pharmacie idéale des jeunes joueurs de l'EDR

COMMENT S'EN SERVIR

QUI ?	QUOI ?	COMMENT ?
Médecin Pharmacien	Composition de la pharmacie	Liste validée par le médecin (avec conseils du pharmacien)
Soigneur	Départ pour le match	Vérifier la composition de la mallette avant la date du match Prendre une glacière et des glaçons pour la vessie de glace
	Avant le match	Vérifier la mallette à distance des lignes de touche ou d'en but du terrain, sous surveillance ainsi que les bouteilles d'eau, plots, tables, objets susceptibles de provoquer des blessures (hors de la zone des « 3,50m »). S'assurer de la présence obligatoire d'un brancard, d'une pièce à disposition, d'un poste téléphonique et d'un accès libre (portail ouvert) pour les véhicules d'intervention pompiers.
	Pendant le match	**Avoir à disposition :** - Une petite trousse portative comportant quelques produits (froid, compresses, chlorhexidine aqueuse, pansements, coalgan ou bloxang, bande adhésive, ciseaux, eau) - Un téléphone portable, un paquet de mouchoirs ➔**en cas de blessure grave** (**traumatisme, commotion, perte de connaissance, joueur au sol…**) : ne jamais déplacer le blessé, alerter les secours pompiers 18 ou centre 15 ou 112 ➔**en cas de transfert dans un établissement de santé :** - avertir la personne désignée sur l'autorisation parentale - désigner un accompagnement adulte Lui remettre une feuille de déclaration d'accident. Le médecin doit remplir la rubrique le concernant (transmission de la déclaration par le club ou le Comité dans les 5 jours) Si un transport par ambulance ou autre moyen dans un autre établissement de santé est nécessaire, en informer un dirigeant, un élu, ainsi que Fidelia Assistance (01 47 11 12 13)
	Après le match	Laisser le terrain et les locaux propres
	Renouvellement des produits	Check-list (traçabilité)

- ⇨ aucun médicament n'a été indiqué : sous la responsabilité des parents et du médecin
- ⇨ ne pas oublier de vérifier régulièrement les dates-limites des produits pharmaceutiques

CE QU'ELLE DOIT CONTENIR

Blessures	Produits	Utilisation	Quantité
PLAIES BENIGNES	Paires de gants (d'examen moins chers que les chirurgicaux) stériles (taille 8)	Pour soins, notamment en cas de saignement	2
	Eau oxygénée (10 volumes dosettes	Antiseptique sur plaies souillées (terre…) Ne pas utiliser avec un autre antiseptique	10
	Chlorhexidine aqueuse (dosettes	Antiseptique Ne pas utiliser avec un autre antiseptique	10
	Sérum physiologique (dosettes)	Lavage des yeux, du nez, de la bouche, des plaies ou pour humecter le Coalgan	10
	Compresses stériles (sachets 7,5cmx7,5cm)	Jeter les compresses non utilisées une fois le sachet ouvert	10
	Coalgan, mèche hémostatique stérile (boite de 5 sachets)	Saignements (nez, bouche, cutanés) : nettoyer les plaies, le sang avec du sérum physiologique. Pas de Chlorhexidine ou d'eau oxygénée. La mèche peut être humectée avec du sérum physiologique pour faciliter l'introduction dans la narine. Laisser en place au moins 30mn (pas plus de 24h)	1
	Pansements individuels (2cmx7cm)		10
	Pansements individuels (10cmx15 cm)		10
	Sparadrap largeur 2 cm (rouleau)	Pour maintenir une bande	1
	Bande de crêpe (largeur de 10cm)	Pour maintenir un pansement, des compresses	1
	Tulle gras ou Interface (plaque 10cmx10cm)	Pour brûlures par frottement sur le terrain. Appliquer avoir nettoyé et désinfecté à la chlorhexidine	1
	Sutures adhésives stériles (6mmx100mm, plaquette de 6)	Pour rapprocher les bords d'une petite plaie franche bien désinfectée, non souillée, ne saignant pas.	1

Blessures	Produits	Utilisation	Quantité
TRAUMATOLOGIE BENIGNE	Vessie à glace A préférer à la bombe de froid/ compresse de froid.	Nécessite des glaçons : à emporter dans une glacière ou à se procurer sur place ou lors du déplacement (cafétéria)	2
Contusions, coups, entorses : traiter par du froid.	Compresses, « coussins » de froid instantané. Respecter le mode d'emploi indiqué. Ne pas percer le sachet.	Protéger la peau avec des compresses humides car risuqe de brûlure par contact direct Ne pas appliquer sur des plaies, muqueuses, fractures ouvertes.	3
	Bombes de froid (ou cryogènes) Respecter le mode d'emploi indiqué. Ne pas exposer la bombe à la chaleur	Respecter le mode d'emploi indiqué. Pour la bombe de froid : projeter à 20 cm, 2 à 3 secondes. A réserver aux plus de 13 ans !!!	2
Crampes, contractures : Traiter par de la chaleur (massages, bains)	Pommade Arnica	Pour ecchymoses, bleus… Ne pas appliquer sur muqueuses, yeux, plaies. Masser sans appuyer ; se laver les mains ensuite	1
	Jersey (10cm de large, 1m bien plié)	Echarpes de bras, d'épaule : adapter la longueur en nouant le jersey au niveau de la nuque.	1
	Minerves (colliers cervicaux)	2 tailles différentes. A placer par pompier ou médecin (technique maitrisée)	2
	Attelles diverses (genou, cheville, épaule, poignet)	En fonction de la liste du médecin. A placer par pompier ou médecin (technique maitrisée)	
YEUX	Sérum physiologique doses	Lavage des yeux	10
STRAPPING	Bandes adhésives élastiques 3 cm/ 6cm/10cm	Ne strapper que si la technique est maîtrisée	2 / 3 / 1
	Chatterton (rouleau)	Pour maintenir les bandes adhésives	1
	Abaisse-langue	Pour réaliser une attelle de doigt avec une bande adhésive	2
DIVERS	Couverture de survie	A placer dès l'immobilisation du joueur au sol	2
	Savon (morceau) ou soluté hydro-alcoolique	Lavage des mains	5
	Ciseaux	A bouts ronds A plâtre	1 1
	Sucre en morceaux ou en sachets emballés	Donner 1 à 2 sucres	10
	Gobelets plastiques	Gobelets individuels	
	Eau	Bouteilles individuelles	
	1 stylo, 1 marqueur, feuilles, 1 lampe	Pompiers (18) Centre 15 ou 112	
	Feuilles de déclaration d'accident	Fidelia assistance (**01 47 11 12 34**)	